

Программа спортивного праздника

«Здоровая семья»

Ведущий: Мы очень рады, что вы пришли сегодня к нам на спортивный праздник. Здоровая, крепкая, полноценная семья – самый естественный и одновременно самый дешевый гарант здоровья и благосостояния детей, а, следовательно, народа и государства.

Дочь бежит быстрее ветра,

Кто ответить, почему?

Сын подпрыгнул на два метра,

Кто ответит, почему?

Мама плавает, как рыбка,

Кто ответит, почему?

Папа поднял вес с улыбкой,

Кто ответит, почему?

Потому что физкультура

Научила их всему.



Заняться физкультурой всей семьей, это так здорово, и мы предлагаем вам сделать это. Сегодня наши эстафеты имеют связь с живой природой, экологией. Такие экологические эстафеты содействуют воспитанию коллективизма, дружбы, а так же формированию ответственного отношения к окружающей природной среде. «Экология» – это взаимоотношение организма с окружающей его живой и неживой средой. Слово «экология» происходит от греческого слова «ойкос» - дом, убежище. Так стала называться наука об условиях существования живых организмов.

ВЕДУЩИЙ: Представляем вам *судейскую коллегию*:

- *Крюченков Дмитрий Николаевич* - сотрудник РОО, МО Тереньгульский район.

- *Лазаричев Александр Алексеевич* – руководитель районного методического объединения учителей физкультуры, МО Тереньгульский район.

- *Кочкалев Виктор Евгеньевич* - директор МОУ ДОД Тереньгульская ДЮСШ

Первый этап.

«Поход в лес»

1. «Уборка леса»

Ведущий: В разнообразных условиях обитания с природой – на экскурсиях, прогулках, в походах нельзя оставлять не затушенный костер, нельзя оставлять мусор, разорять птичьи гнезда и муравейники.

Давайте представим, что мы пришли в лес, а на поляне разбросан мусор – жестяные баночки, пластиковые бутылки, фантики. Надо лесу помочь и все это убрать.

Собрать мусор в ведро, на обратном пути мусор высыпать «на свалку», ведро передать.

2. «Голодные белочки»

Ведущий: Есть животные, которые делают запасы еды на случай если ничего из съестного не найдут или не поймают. К ним относятся и белочки. Давайте поможем белочкам собрать грибы и ягоды.

Напротив каждой команды разложены грибы, ягоды, шишки (из картона по количеству участников). Участник бежит, кладет в корзину «гриб» пролезает в «дупло» (обруч) и оставляет гриб возле белки (игрушки) и возвращается назад с корзиной в руках.

Второй этап.

«Помочь ближнему»

1. (Конкурс для мам.)

«Первая помощь домашним животным» (Собачке, кошке)

На расстояние 10 – 15 м. от участников поставлены стулья. На стульях находятся игрушки – домашние животные. В руках у каждой мамы бинт медицинский. По сигналу они бегут к стульям и оказывают первую (доврачебную) помощь собачке (кошке) – забинтовывают «пострадавшей» голову или лапку. Затем быстро возвращаются назад. Побеждают участницы, которые выполняют задание быстрее и правильнее.

2. «Накормить собачку» (эстафета для детей)

Напротив каждой команды разложены кости (из картона) по количеству детей. Нужно взять кость залезть в собачью конуру (обруч), положить кость возле собачки (игрушки) и вернуться обратно.

3. «Операция «Живое серебро»

Ведущий: В некоторых районах страны озера, реки в половодье разливаются, и когда вода подсыхает в ямах, канавах остается много мальков, они могут погибнуть, если их не переправить в реку или озеро. Для спасения рыбной молоди, оказавшейся далеко от берега, используйте сачки и сеть. Отлавливать мальков лучше утром.

Напротив каждой команды лежит гимнастический обруч(это канава с мальками) через 4 – 5 м. еще обруч (это река). Участники черпают сачком (ковшом) рыбку и выпускают ее в реку, ковш – сачок передают.

2. «Переправа» или «Мазай и зайцы» (для пап)

Ведущий: Бывает весной в половодье в лесу животные остаются на маленьких островках земли окружённых водой. Нужно помочь маленьким шалунишкам.

Напротив команды на островке (в гимнастическом обруче) собрались зайцы (дети), папа бежит, берет своего ребенка (зайчика) и переносит его на землю (в другой обруч).

Третий этап.

«Это интересно»

1. «Голуби»

Ведущий: Удивительная привязанность голубей к месту гнездования ещё в древности натолкнула людей на мысль использовать их для передачи почтовых сообщений. Представим, что все мы голуби и нам срочно надо передать сообщение.

По сигналу один участник бежит с конвертом в руке, изображая полет голубя (машет руками), оббегает обручи, кеглю и возвращается назад, передает конверт другому участнику.

2. «Кенгуру»

Ведущий: Мореплавателю Джеймс Кук высадившись впервые на австралийский берег, увидел странное животное, высокое, как человек, с сумкой в которой сидит детеныш. «Что это за зверь?» – спросили мореплаватели австралийских аборигенов. «Кенгуру» - ответили аборигены, что в переводе с их языка означало: «Я вас не понимаю». А европеец решил, что получил ответ на свой вопрос. Вот и прыгают сейчас на австралийской травке тысячи «Я вас не понимаю».

Участники прыгают в мешках до фишки и обратно.

Четвертый этап.

«Ведение домашнего хозяйства»

1. «Посадка овощей»

Ведущий: Посадить, вырастить и собрать это трудоёмкая и ответственная работа. Для того, что бы вырастить хороший урожай надо постараться.

Напротив каждой команды лежат 4е обруча. Надо разложить в каждый обруч по овощу. Участник бежит с ведром и раскладывает картошку, лук, морковь, свеклу, на обратном пути собирает.

2. «Уборка урожая арбузов»

Ведущий: Нужно перенести арбузы с поля в закрома. Один участник переносит арбузы (мячи) в обруч напротив, другой возвращает обратно.

Ведущий: Пока жюри подводит итоги, мы проведем игру со зрителями. Я буду загадывать загадки на спортивную тему, а вы хором отвечайте.

Ясным утром вдоль дороги
На траве блестит роса.
По дороге едут ноги и бегут два колеса.
У загадки есть ответ.
Это мой:... (*велосипед*).
Кинешь в речку - он не тонет,
Бьешь о стенку - он не стонет,
Будешь оземь ты кидать,
Станет кверху он летать. (*мяч*)
Взял дубовых два бруска,
Два железных ползка.
На брусках набил я планки.
Где же снег? Готовы... (*санки*)
Ног от радости не чуя,
С горки снежной вниз лечу я.
Стал мне спорт родней и ближе.
Кто помог мне в этом?... (*лыжи*).
Мчусь как пуля я вперед,
Лишь поскрипывает лед
И мелькают огоньки.
Кто несет меня? (*коньки*).

Жюри подводит итоги. Семьи-победительницы отмечаются медалью и грамотой, каждой семье вручают сувенир.

Ведущий:

Всем спасибо за вниманье,
За задор и звонкий смех,
За азарт соревнованья,
Обеспечивший успех.
Вот настал момент прощанья,
Будет краткой наша речь.

Говорим мы: "До свиданья!
До счастливых новых встреч!"